CHINE

Dynamique | | 22 Jours

Du Yunnan au Kham + Emeishan “au-dessus des brumes”

Code : CHN54E

Nature ooooo | Culture ooooo | Rencontre ooooo

INTRODUCTION AU VOYAGE

Ce circuit nous permettra de découvrir en profondeur les richesses de cette ancienne province tibétaine qu’est le Kham. De monastères en campements nomades, des steppes verdoyantes aux champs d’orge dorés : vous allez, comme nous, adorer ! N’oublions pas ce parfum de Chine ancestrale que les régions de Dali et Lijiang, dans la province du Yunnan, sont encore capable de nous offrir. Partons donc à la rencontre d'un monde oublié… qui ne sera peut-être plus là demain !Au Sichuan existe une montagne mystérieuse où se cachent de vieux monastères. Une montagne de granit effilée dont le sommet est illuminé par le temple d’Or au-dessus des nuages, à plus de 3 100 m. C’est ici que nous vous invitons à une randonnée initiatique, sur les flancs du mont Emeishan, la montagne Sacrée aux cent temples, aux milliers de pèlerins et aux millions de marches.

VOUS APPRECIEREZ

• Dali : ses pagodes, sa vieille ville et les marchés des minorités yi et bai

• Lijiang et ses quartiers classés au patrimoine mondial de l'Unesco.

• Les impressionnants monastères du Kham.

• Les fermes forteresses et les campements nomades

• Les pandas dans le parc de Wolong.

• Les découvertes de Kunming, Chengdu et Pékin.

INFOS TECHNIQUES

• **Caractéristique(s) :**

• **Type de voyage :** Circuit accompagné

• **Groupe :** 6 à 0 participants.

ITINERAIRE

JOUR 1 et JOUR 2

Vol Paris/Pékin. Arrivée en fin de matinée le J2. Après le déjeuner, visite de la place Tien An Men et de la Cité interdite. Hôtel.

JOUR 3

Randonnée sur la Grande Muraille, sur les portions de Simatai et Jinshanling. Hôtel à Pékin.

JOUR 4

Vol pour Kunming et visite de la "ville de l'éternel printemps". Hôtel.

JOUR 5

Vol pour Dali. Visite de la vieille ville et des trois pagodes de Santasi. Hôtel.

JOUR 6

Route pour le marché de Shaping, dominé par la minorité bai. Nous continuons vers Lijiang. Première découverte au hasard des ruelles ombragées, des ponts de pierre de cette autre Venise.

JOUR 7

Balade dans la campagne bai avec le monastère de Yufeng, Déjeuner chez l'habitant au village de Baisha. Retour à Lijiang, fin de journée libre. Le soir, concert de l'orchestre Dongba.

JOUR 8

Transfert à Zhongdian, nous sommes à présent sur le plateau tibétain aux portes du Kham. Balade jusqu'au complexe monastique Songzanlin. Hôtel.

JOUR 9 et JOUR 10

En route pour Xiangcheng et son superbe monastère, au cœur du Kham. Le lendemain, randonnée dans cette vallée fertile au milieu des champs d'orge et des fermes forteresses. Nuit en auberge.

JOUR 11 et JOUR 12

Départ pour Litang, la ville la plus haute du monde (4 100 m). Visite du monastère Sangdui Si, à mi-chemin. Journée de randonnée dans la steppe environnante. Auberge.

JOUR 13 et JOUR 14

Nous continuons vers le bourg de Tagong, au pied du mont Yala, renommé pour sa forêt de pagodes. Journée de randonnée parmi les pâturages et les tentes nomades. Auberge.

JOUR 15 et JOUR 16

La route nous permet d'admirer les paysages de la région tibétaine de Gyarong avec ses villages surmontés de tours de pierre de neuf étages. Arrêt à Jiaju, Shuopo et pour finir Danba. Nous continuons à l'ombre du mont Siguliang. Nuits à Wolong.

JOUR 17

Visite du Centre d'élevage de pandas géants au parc de Wolong. Arrivée à Chengdu. Hôtel.

JOUR 18

Découverte du quartier de Jinli, avec ses marchés et son temple. Transfert et visite de la ville de Leshan où trône l'immense bouddha, creusé au IXe siècle, le plus grand du monde. Court trajet pour Emeishan. Visite et nuit au temple Baoguosi.

JOUR 19

Départ de notre randonnée au milieu des bambous où se cachent temples, pavillons et singes. Nuit dans le temple de Xiangfied.

JOUR 20

Entourés de granit et de petits conifères, nous poursuivons notre marche jusqu'à l'esplanade de Wanfoding, le sommet des Dix-mille Bouddhas. Là, vous pourrez prendre un repos bien mérité au monastère du même nom ou visiter le temple d'Or.

JOUR 21

Réveil matinal pour admirer le superbe lever de soleil sur la mer de nuages à plus de 3 100 m. Après 2 à 3h de marche, nous rejoignons le pied d'Emeishan en minibus. Retour à Chengdu. Hôtel.

JOUR 22

Vol Chengdu/Pékin puis Paris

IMPORTANT ITINERAIRE

N.B. : Le déroulement du programme est donné à titre indicatif. Les étapes peuvent être modifiées sur place pour des raisons météorologiques, de sécurité, d'organisation, d'horaires d'avion ou tout événement inattendu. Dans ces moments difficiles, le guide local fera le maximum pour atténuer les effets de ces événements indépendants de notre volonté.

VOTRE VOYAGE

Extension

EXTENSION en liberté (4 jours) possible 'Rando urbaine à Hong Kong et Macao'. Ou « de Dali à Lijang ». Nous consulter.

Specificités du voyage

Voyage de découverte qui ne présente aucune difficulté physique. Seules les ascensions des montagnes sacrées comporte de la dénivelée, mais il y a toujours une solution en cas de difficulté. Il est donc ouvert à tous. Il permet une approche très originale et complète du pays par « l'arrière pays et les villages encore authentique ».

Hébergement

Nuits en hôtels (Catégorie standard en ville, SDB et mini-hôtels en campagne, SDB chinoise), en auberge et en train couchettes, et pour l'extension nuit également en cabine de ferry. Chambres doubles ou exceptionnellement triples.

Nourriture

Repas pris au restaurant dans les villes, cuisine locale. Pique-nique frugale certains midis.

Encadrement

Accompagnateur francophone à partir de 8 personnes, anglophone en dessous

Sachez aussi que la Chine découvre cette nouvelle sorte de tourisme alternatif, très loin de l'esprit du
Tourisme chinois où la masse fait la loi. Nous nous efforçons au maximum de faire passer l'esprit de nos voyages et de nos clients auprès de nos équipes des grandes villes de l'est avec parfois quelques imperfections de leur part . . . merci de les aidez un peu à trouver la juste voie !

Transport

En minibus privé et train.
Le système de réservation des trains de nuit est soumis à une politique de quota. Nous nous efforçons de vous garantir des places en première classe et de garder l'ensemble des participants groupés, mais pour des raisons de réservations tardives ou de hautes saisons nous ne pouvons garantir ces deux conditions.

Important

Téléphoner en Chine mode d'emploi
A partir de la France 0086 + n° exemple 0086 131 8389 2522
Chine en Chine 0 + n° exemple 0131 8389 2522
A l'intérieur d'une même province pour un portable vous retirez le 0
Pour une ligne fixe avec exemple domicilié à Chengdu :
A l'extérieur de Chengdu 028 888 32277.
A l'interieur de Chengdu 888 32277

Conseils de sécurité
Votre contrat d'assurance / assistance rapatriement est entre les mains de votre accompagnateur et nous vous en donnons un à l'inscription. Si vous avez votre propre assurance, n'oubliez pas d'en prendre une copie (et le numéro) et d'en donner un exemple à l'accompagnateur.
Note : Quel que soit l'accident, il faut contacter l'assurance... les médecins du pays et les médecins de l'assurance décident de la suite à donner : c'est important car toute décision non conforme à la leur implique une non responsabilité de l'Assureur.

On se dit tout !

Nous investissons beaucoup dans la formation de nos équipes locales et nous tenons beaucoup au respect non seulement de nos itinéraires mais également à l'esprit des voyages Nomade. Alors pour mieux vous satisfaire, AIDEZ NOUS ! si un accompagnateur ou un chauffeur à une tendance à vous déposer / reprendre systématiquement au guichet des sites touristiques, sans respecter les petites ou longues marche d'approche indispensable pour se glisser /s'approprier un environnement / une ambiance ; déviance vers les boutiques d'artisanat, guide un trop sur vos

chaussures. . . Pour ces petits tracas, n'attendez pas votre retour en France pour agir ! N'hésitez pas à interpeller l'équipe qui vous encadre afin de faire les ajustements nécessaire. une fois les petites mises au point effectuées (sans exagération), le voyage n'en sera que plus agréable.

VOTRE BUDGET

Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription de 15 € par personne.
- Les assurances
- Le Visa
- Les frais de visa si obtention par nos soins.
- Les boissons.
- Les pourboires éventuels.
- Les dépenses personnelles.
- Les entrées dans les sites et musées (env.70€)
- Le supplément chambre individuelle (140€)

Budget sur place

Nous essayons de vous donner une estimation la plus juste des billets d'entrée des sites et musées en Chine, mais qui ne reste qu'à titre indicatif . Le tourisme en Chine devenant une véritable industrie pour le pays et une manne financière importante pour les villes et provinces, ces derniers ont été soumis à une forte inflation ces dernières années et peuvent encore subir de brusques augmentations
Pour le change, sur place en arrivant, de préférence à l'aéroport ou sous la houlette de votre accompagnateur. Le Yuan correspond 0,14 € environ
Il est préférable de prévoir des petites coupures en dollars ou euros. Il est également possible de retirer de l'argent aux distributeurs bancaires des grandes villes et aéroport.
Attention : ces monnaies sont non convertibles. Vous devrez donc les changer avant de quitter la Chine, car elles ne seront plus échangées en France

Pourboires

Vous nous interrogez régulièrement sur le sujet en nous demandant de vous fournir des indications sur le montant du pourboire à donner à nos équipes locales. Nous restons sur ce sujet fidèle à notre ligne directrice, à savoir que le versement d'un pourboire ou d'une gratification à un ou plusieurs membres de nos partenaires locaux reste soumis à votre libre appréciation.
En aucun cas, les équipes locales ne sauraient invoquer une quelconque coutume ou habitude culturelle afin d'exiger quoi que ce soit de votre part.

FORMALITES ET SANTE

Pharmacie personnelle

Personnelle et indispensable. Elle doit contenir vos médicaments usuels auxquels vous ajouterez :
antalgiques (Paracétamol, Ibuprofène).
antidiarrhéiques (Tiorfan de préférence, Imodium. Norfloxacine ou Bactrim Forte au-delà de 3 jours avec fièvre).
antiseptiques intestinaux (Smecta, dont le sachet sert de verre).

antispasmodiques (Phloroglucinol, Spasfon).
anti-nauséiques ou vomissements (Domperidone ou Motilium).
antiseptiques de type Bétadine jaune pour désinfecter les plaies ou blessures.
bandages (sparadraps et Elastoplaste, car ils peuvent être forts utiles).
collyre pour les yeux.
crème de protection pour les lèvres et la peau, vitamine C, crème pour les coups de soleil, brumisateur.
gel pour les courbatures.
nécessaire pour soigner les pieds (Tricostéril, Mercurochrome, Compeed, seconde peau, etc.), ainsi qu'une pince à épiler et une aiguille pour les échardes.
une paire de petits ciseaux.
produit anti-moustiques.
Attention : En cas de traitement médical, pensez à prévoir suffisamment de réserve pour toute la durée du séjour.

Si vous le désirez, vous pourrez offrir une partie de votre mini pharmacie à l'équipe locale, dispensaire, hôpital ou organisation médicale à but non lucratif, avant votre départ, à moins que vous en ayez eu besoin ! Les médicaments et bandages seront très appréciés. Privilégiez les comprimés aux médicaments sous forme effervescente car ils sont plus pratiques à prendre.

VOTRE EQUIPEMENT

Equipement

- Crème solaire et labiale.
- Lunettes de soleil.
- Chapeau, bob ou casquette.
- Couteau (pensez à mettre dans le bagage en soute pendant votre vol).
- Une gourde, minimum 1 litre (en Alu ou plastique, mais les nouvelles présentations de bouteilles d'eau minérale type 'Evian' peuvent très bien faire l'affaire).
- Une lampe frontale et des piles de rechange.
- Votre nécessaire de toilette.
- Papier hygiénique.
- Du café soluble si nécessaire.
- Sandales ou tongs.

Vêtements

- Pull-over chaud ou sweat-shirt en laine polaire.
- Un blouson léger en été et bien chaud en hiver.
- Pantalons de toile ou de lin.
- Shorts (attention ! Interdits pour la visite des temples).
- Chemises légères à manches longues et courtes.
- Tee-shirts.
- Chaussettes en coton.
- Cape de pluie de juin à septembre.
- Maillot de bain.

Les chaussures
Pour les randonnées, prenez des chaussures qui sont déjà faites à vos pieds. Rôdez-les avant le départ si elles sont neuves (ampoules au début du voyage !). Choisissez des chaussures de marche, de préférence à semelles épaisses mais souples, en toile ou en Goretex, ou de bonnes baskets. Pensez à emporter une autre paire pour vous détendre et pour les visites. Privilégiez les chaussettes de laine ou de coton, pas de simples tissus synthétiques (style chaussette nylon). Par contre, il est possible d'obtenir des chaussettes de randonnées en synthétique avec coton qui

sont très performantes.

Bagages

20 / 25 kg maximum par personne pour le bagage en soute.

Bagage principal : un sac de voyage souple avec fermeture éclair latérale ou un sac à dos car ils sont faciles à charger dans les véhicules. C'est le sac qui voyage dans la soute de l'avion. Pendant le voyage, il contient les affaires que vous n'utilisez pas pendant la journée. Transporté par les équipes de portage ou des véhicules, vous les retrouverez le soir.

Bagage à main : un petit sac à dos de randonnée est indispensable. Pendant le voyage, ce sac que vous porterez contiendra les affaires de la journée : gourde, appareil photo, etc. Choisissez-le suffisamment grand pour pouvoir y contenir parfois le pique-nique du midi lors de certaines étapes. C'est également le sac que vous utilisez en cabine dans l'avion. Ce sac ne doit pas être trop volumineux, il doit contenir ce qui est lourd et fragile et ce qui peut être utile entre le moment où vous enregistrez votre bagage à l'aéroport de départ et le moment où vous le récupérez à l'aéroport de destination.
A titre d'exemple : appareil photos et films, veste, livres, médicaments personnels, trousse de toilette, etc.

PS. Laissez tout objet contendant (couteau, ciseaux, coupe ongle, etc..) dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion. Attention pour les vols en transit par les Etats-Unis les briquets et allumettes sont interdits, même en soute.

Couchage

- Inutile d'emmener un duvet ou prévoyez un duvet léger. Vous pouvez vous contenter d'un drap de sac ou sac à viande.

TOURISME RESPONSABLE

Attitude responsable

1) L'ESPRIT ATR
Être membre d'ATR (Agir pour un Tourisme responsable), c'est s'engager sur la limitation des effets négatifs que peut avoir une activité touristique et développer cette activité dans un objectif durable.
Cet état d'esprit correspond pleinement à ce que nous sommes chez Nomade et surtout à ce que sont nos clients.
En un mot, c'est voyager dans une attitude responsable au regard des pays et des hommes, sans laisser de trace ou presque.

2) LA CERTIFICATION
En janvier 2010, nous avons eu le plaisir d'obtenir la certification ATR, délivrée par l'AFNOR, organisme certificateur indépendant.
Ce label 'Tourisme responsable' confirme notre engagement de spécialiste de l'aventure dans sa pratique du tourisme responsable.

Cette certification a été délivrée suite à un audit réalisé au sein de l'agence en décembre 2009 permettant de vérifier les engagements suivants :
- Développer un tourisme qualitatif et minimiser les effets pervers de l'industrie touristique.
- Impliquer et privilégier les populations locales dans le développement.
- Veiller au respect des hommes, des usages et des cultures des pays visités.
- Sensibiliser nos clients à ces problématiques.

- Favoriser la transparence de l'information vis-à-vis de nos clients et veiller à la qualité des services offerts.
- Mettre l'humain au cœur de nos préoccupations.
- S'engager en matière de lutte contre le CO2, de gestion des déchets, de préservation de l'environnement, de management des équipes et de partage des résultats.

Ces principes doivent être partagés par les membres de l'entreprise mais aussi par l'ensemble de nos partenaires, prestataires ou réceptifs. Cela fait maintenant plusieurs années que Nomade Aventure s'engage dans l'esprit ATR.
L'AFNOR vérifiera chaque année, au sein de l'entreprise, le respect de l'ensemble de ces critères de certification et l'évolution de nos actions.

Toute l'information concernant la labellisation ATR sur le site www.tourisme-responsable.org

3/ NOS ENGAGEMENTS…
Préserver la planète
- Nomade met le paquet... et s'oxygène à la compensation CO2 pour lutter contre le réchauffement climatique ! Même s'il n'est pas possible d'annuler les émissions de CO2 liées à un voyage en avion, on peut les compenser. C'est-à-dire participer volontairement, à hauteur du coût de ses émissions de CO2, à des projets de développement solidaire permettant de les absorber considérablement.

Dès à présent, nous avons décidé de prélever sur notre rémunération, une somme calculée sur la base du CO2 émis, en accord avec le protocole de Kyoto qui préconise une compensation d'au moins 20% dans l'immédiat. Par ailleurs, nous compensons depuis deux ans 100% des émissions de CO2 liées aux déplacements professionnels de nos équipes.
Ces sommes prélevées financent, via la fondation Nomade Aventure, des projets comme la reforestation responsable et la création de pièges à carbone.
Elles sont de 1€ pour la France, 2€ pour les voyages moyen-courriers et 7€ pour les long-courriers. Ainsi, nous compensons à 100% toutes les émissions de CO2 sur la France et 20% partout ailleurs.

- Dans le même ordre d'idée, l'ensemble de la chaîne de fabrication de nos brochures est certifiée FSC - PEFC : des papiers entièrement recyclables et exempts d'acide, fabriqués à partir de fibres et de bois provenant de forêts gérées durablement (moins de 4% des forêts de la planète le sont) aux imprimeurs labélisés, sans oublier les usines qui les fabriquent.

Contribuer au développement des pays et des régions
- Parallèlement, nous identifions des initiatives locales pouvant être soutenues par Nomade Aventure en tant qu'opérateur économique. Notre modèle initial n'a pas pris un coup dans l'aile : travailler avec des guides et des partenaires locaux, mettre à profit notre expérience dans l'étude et le suivi de projets simples et réalistes restent notre priorité, ainsi que vérifier la réalité des relations entre les différents acteurs, tel que le circuit de redistribution monétaire équitable entre les guides, les chauffeurs, les cuisiniers et les chameliers.

- Dès à présent, nous recensons, à travers nos voyages, les personnes, familles ou villages ayant besoin d'un financement au démarrage d'une activité. La réussite de cette démarche se fera par l'accompagnement du projet puis par la pérennisation de l'activité, notamment grâce à votre passage.

4) ACTIONS RESPONSABLES
Et vous, que pouvez-vous faire ? Adoptez la 'Nomade attitude'
Nous vous recommandons d'adopter durant votre séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées dans la charte éthique du voyageur que vous avez reçue avec vos documents de voyage et que vous pouvez consulter à tout moment sur notre site internet www.nomade-aventure.com. Nous pouvons également vous l'envoyer par courrier, sur simple demande de votre part. Quelques conseils : évitez l'usage des bouteilles en plastique, les emballages en portions individuelles, et rapportez tout ce vous pouvez, en particulier les piles et emballages plastique, difficilement recyclables actuellement dans bon nombre de pays.
Enfin, ramenez-nous des nouvelles fraîches des pays visités en complétant le 'Questionnaire qualité' au retour de votre voyage.

En voyageant avec Nomade, vous serez acteur d'un tourisme respectueux et solidaire, vous influerez sur l'évolution

et le développement des populations rencontrées. Vous aurez aussi une responsabilité certaine et un rôle de garant de cette philosophie 'Agir pour un Tourisme Responsable'.

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT SUR NOTRE SITE

NOMADE AVENTURE
40, rue de la Montagne
Sainte-Geneviève
75005 Paris
Siège social :
tél : 01 46 33 71 71
fax : 01 43 54 76 12

SAS au capital social de 37000€ • RCS Paris 384 748 315 • Siret : 384 748 315 000 49 • Immatriculation Atout France n° IM075100013 • Assurance responsabilité civile et profession -nelle :GAN Eurocourtage n° 86 362 557 - Immeuble Elysées La Défense : 7, place du Dôme, TSA 59876, 92099 La Défense cedex • Garantie financière : Association professionnelle de solidarité - 15, avenue Carnot, 75017 Paris.